

## **Golf. Eine Begegnung der besonderen Art. Mit sich selbst und anderen.**

Ein mentaler Sport. Aber natürlich ist auch der Körper mit von der Partie. Er ist wesentlich, vor allem dann, wenn seine umfassende Intelligenz den permanenten mentalen Kontrollattacken nicht nachgibt. Wenn die Gedanken aber erst mal Distanz geschafft haben zu der Schönheit der umgebenden Natur, und sich eingeschossen haben, auf die außerordentliche Schwierigkeit, die kleine Kugel halbwegs gut zu treffen, dann können wir nur hoffen, dass es „irgendwie“ dennoch funktioniert. Das ist die golferische Realität für die meisten. Freilich eine subjektive und selbstkonstruierte. Was alles passieren kann, könnte, und dann wirklich geschieht ist ein weites Feld auf einer engen Bahn. Je enger diese, umso weiter das Feld.

Der so massiv gestörte Körper muss dann Schwerarbeit leisten, die anspannenden mentalen Anweisungen (z.B. „bloß nicht in den Bunker...“) in fein-dosierte, freie Energie umzusetzen. Ein Kunststück, das originär und damit selten ist. Aber es ist dem Golfsport, mit seiner ausgeprägten subjektiven Erlebnistiefe, eher zuträglich.

Jeder weiß, die perfekten Schläge sind rar. Ohne Unterschied ob Pro oder Anfänger. Das Anspruchsniveau nivelliert die großen objektiven, optischen Diskrepanzen. So sagt Tiger Woods, dass er auf einer Runde weniger als eine handvoll perfekte Schläge „fabriziert“. Er muss da wohl Dinge in sich spüren, wahrnehmen, die auch für die beste Kamera nicht zugänglich sind.

Und hier beginnt der Einblick. Ein mitunter tiefer Einblick, den wir in der Selbstbetrachtung unseres Golfspiels gewinnen können. Von selbstamüsierender Leichtigkeit bis hin zu depressionsfördernden Selbstkasteiungen; das mentale Arsenal der golferischen Selbstbehauptung bzw. Enthauptung erscheint unerschöpflich. Loslassen versus festhalten, akzeptieren oder nicht, gehen lassen oder kontrollieren, spüren oder rationalisieren.

Wieder ein weites Feld, das uns ganz fordert. Ganz und gar. Und das ist lernen.

Das ist spüren. Das ist leben. Im Moment. Und wer glaubt, dass ein „perfekter“ Schlag nicht auch unsere Seele berührt, hat von Golf keine Ahnung. Auf die Frage warum Golf so fesselt, so unglaublich faszinieren kann, ist das die eigentliche Antwort. Nicht von ungefähr können wir uns an bestimmte Schläge über Wochen oder gar Monate erinnern – und an das Gefühl, das sie begleitete.

Wie kaum ein anderer Sport schafft Golf Einblick in die eigene Psyche und ihre Polaritäten. Emotionalisiert den braven Buchhalter, verführt den aristokratischen Geschäftsführer zu mondänen Selbstbeschimpfungen und gibt dem Verzagten Selbstvertrauen über den Tag hinaus.

Manche sind nach ihrer Runde nicht wiederzuerkennen. Nicht, dass sie von einem ungestümen Mitspieler durch mangelnde Treffsicherheit in Mitleidenschaft gezogen wären. Auch das kommt vor. Sondern vielmehr in ihrer körpersprachlichen Präsenz. Ja, ein kurzer Seitenblick genügt und Spielfreude wird sichtbar – oder nicht. Und es ist schlichtweg verblüffend, die Unterschiedlichkeit der Menschen so „hautnah“ zu erleben, zu sehen und vor allem zu hören.

Der heterogene Umgang mit sich selbst wird direkt erlebbar, ohne sozialen, kulturellen Puffer. Das Repertoire reicht von gnadenloser verbaler Selbsterniedrigung bis hin zum ironisch-sympathischen Belächeln der eigenen Unzulänglichkeit. Im positiven Falle, was in der Natur dieses bemerkenswerten Sports in der statistischen Häufigkeitsverteilung seltener ist, überrascht mitunter mit welcher kindlicher Kreativität Erwachsene ihrer Freude Ausdruck verleihen. „Unkontrollierter“ Ausdruck der verbindet, Nähe schafft.

Erich Fromm hat in seinen großen Werken immer wieder darauf hingewiesen, das Neue zu entdecken. Beim Partner, Freunden oder Kollegen. Jeden Tag auf's Neue. Und das auch bei sich selbst. Das Golfspiel bietet hier Bühne und Zuschauer zugleich.

Es lädt ein zur Begegnung mit sich selbst. Mit sich selbst in der Defensive, in Verzagtheit oder Angst. Mit sich selbst und der Natur in unbekannter Harmonie. Im Einklang und Rhythmus einer ökonomischen Bewegung, die ästhetisch anzieht und energetisch beschwingt. In der wir uns wiederfinden, gefallen und selbst bereichern.